

راهنمای آموزش به بیمار

آریتمی

(اختلال در تشکیل یا هدایت الکتریکی قلب)



تهیه: گروه آموزش سلامت

بیمارستان دکتر حشمت

بهار ۱۴۰۴

بنابراین بعضی از مواد غذایی می تواند جبران کمبود الکترولیت در بدن شما را منجر گردد. مانند گوجه فرنگی یا موز که منجر به افزایش پتاسیم می گردد. بطور جدی از سیگار کشیدن پرهیز نمایید. منع مصرف الکل و مواد مخدر طبق توصیه پزشک معالج با کمک خانواده انجام دهید. بهتر است بیمار و خانواده برنامه ای برای اقدام در مواقع اضطراری تنظیم کنید. لازم است یکی از اعضای خانواده آموزش احیای پایه قلبی ریوی را دریافت کند. عوارض آریتمی را شناسید تا از وقوع احتمالات بروز عوارض مانند آمبولی جلوگیری نمایید. از عوارض احتمالی آریتمی می توان به موارد زیر اشاره نمود:

تشکیل لخته - سکتة مغزی - نارسایی قلبی - زوال عقل - ایست قلبی
شما و خانواده آنان باید در مورد اثرات احتمالی آریتمی و علائم و نشانه های آن بیاموزید. در صورت داشتن دستگاه الکترونیکی کاشتنی باید در رابطه با مراقبت از خود با مراقبین خود شماره تلفن ضروری را همراه داشته باشید و در زمان مقرر به مراکز مربوطه مراجعه کنید. در صورت تشدید اضطراب و استرس با مراقبین خود مشورت کنید. تاریخ مراجعه جهت ویزیت منظم توسط پزشک را یادداشت نموده و به اعضای خانواده اطلاع دهید تا در وقت مقرر مراجعه نمایند. اهمیت میزان فعالیت مناسب را باید بدانید و از بی تحرکی خودداری نمایید.

بهرام نژاد، فاطمه، دهقان نیری، ناهید، مهدوی شهری، سید مسلم، پرستاری داخلی - جراحی برونر و سودارت/جلد ۵، ۱۴۰۰. نشر جامعه نگر تهران.
اینترنت. دیارتمان آموزش سلامت قلب و عروق شهید رجایی - واحد پیشگیری و ارتقاء سلامت

آموزش های خودمراقبتی در آریتمی را می شناسید؟

مطالب آموزشی در رابطه با آریتمی جهت افزایش سطح آگاهی شما می باشد. بنابراین، به موارد بخوبی توجه نمایید و دچار ترس و اضطراب نشوید. **علت آریتمی ها را بشناسید:**

علل آریتمی ها
بیماری عروق کرونر (گرفتگی عروق قلب)
فشارخون بالا
تغییرات در عضله قلب (کاردیومیوپاتی)
اختلالات در بچه قلب
عدم تعادل الکترولیت های خون مانند سدیم یا پتاسیم

آسیب ناشی از حمله قلبی
روند بهبودی پس از جراحی قلب
استرس بیش از حد
پرکاری و کم کاری غده تیروئید
آپنه خواب
مصرف سیگار
مصرف بیش از حد الکل یا کافئین
شروع مصرف مواد مخدر
بعضی داروها و مکمل های خاص نظیر داروهای سرماخوردگی، ضد آلرژی و مکمل های بدون نسخه

عوامل ژنتیکی
توجه به آموزش روش های درمانی و بازخورد بعد از توضیحات لازم توسط گروه مراقبتی در صورت سوال از مراقبین خود پرسید.
باید در پاره اهمیت مصرف داروها در زمان معین و انجام آزمایش های خون بدانید.
باید قادر باشید ضربان قلب خود را کنترل کنید.
در صورت نبض غیرطبیعی، بروز علائم آریتمی به مراقبان سلامت اطلاع دهید.
دلایل منطقی رژیم غذایی را بشناسید.
یکی از مواردی که باعث آریتمی می گردد اختلال در الکترولیت بدن مانند کمبود پتاسیم است.

آریتمی ها

اختلال تشکیل یا هدایت و یا هر دو در تکرانه الکتریکی قلب (باعث تحریک و تولید ضربان طبیعی عضله ی قلب) هستند. ممکن است تنها به شکل یک مکث موقت بوده و آن قدر کوتاه باشد که تعداد ضربان کلی قلب را تحت تاثیر قرار ندهد یا برعکس سبب سریع شدن (ضربان قلب بیش از ۱۰۰ ضربه در دقیقه) یا آهسته شدن (کمتر از ۶۰ ضربان در دقیقه) ضربان قلب گردد.

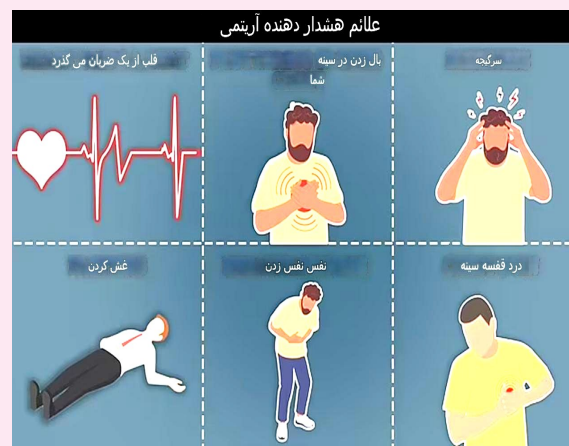
علائم آریتمی کدام هستند؟

در صورتیکه آریتمی کوتاه باشد، معمولاً فاقد علامت است و تنها ممکن است به صورت حذف یک ضربان قلب باشد که شما به ندرت متوجه آن می شوید.

گاهی به صورت احساس لرزش (ارتعاش) در قفسه سینه یا گردن می باشد.

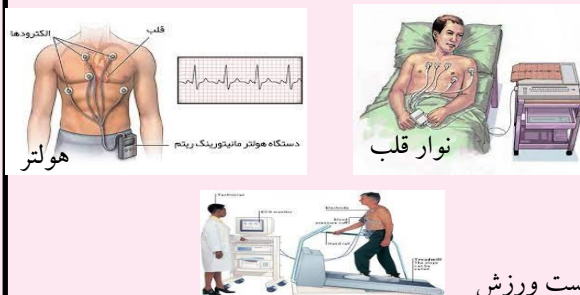
در صورتیکه آریتمی شدید بود یا آن قدر طول بکشند که عملکرد قلب را تحت تاثیر قرار بدهند، ممکن است قلب قادر به پمپ کردن خون کافی به بدن نباشد که شما احساس خستگی یا سبکی سر یا بیحالی می کنید.

زیاد شدن ضربان قلب ممکن است باعث کاهش توانایی پمپ کردن قلب و در نتیجه تنگی نفس، درد قفسه سینه، سبکی سر یا کاهش سطح هوشیاری و در صورت شدید بودن منجر به حمله قلبی یا مرگ شود.



درمان آریتمی ها چگونه صورت می گیرد؟

ابتدا پزشک برای تشخیص نوع آریتمی شما دستور گرفتن یک نوار قلب یا الکتروکاردیوگرام (ثبت پیام های الکتریکی قلب روی کاغذ) را می دهد. سایر روش های تشخیصی محل شروع آریتمی استفاده از دستگاه ثبت قابل حمل (هولتر مانیتورینگ)، تست استرس ورزشی و بررسی الکتروفیزیولوژیک (تعیین نقشه الکتریکی قلب شما) می باشند.



بعد از تشخیص آریتمی توسط پزشک، روشهای کمکی و مدیریتی درمان آریتمی عبارتند از: تغییر شیوه زندگی

داروهای ضد انعقاد جهت کاهش میزان خطر لخته شدن خون و سکته مغزی داروهای پیشگیری و کنترل آریتمی و درمان شرایط مربوط به آن مانند پر فشاری خون، بیماری کرونری قلبی و نارسایی قلبی. یک ضربان ساز که از یک باتری جهت کمک به تنظیم ضربان قلب شما استفاده می کند.

دیفبریلایسیون قلبی و

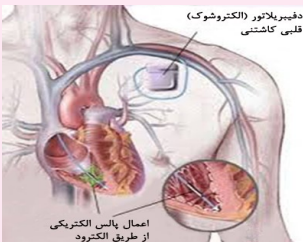
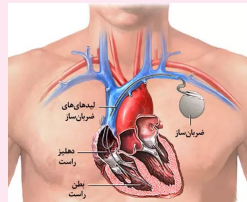
دیفبریلاتورهای قلبی

کاشتنی (ICDها)

جراحی

ابلیشن یا سوزاندن کانون یا

مدار آریتمی در قلب



آیا می دانید دیفبریلایسیون چیست؟ راهی برای تبدیل ضربان قلبی غیرطبیعی به ضربان قلبی طبیعی از طریق یک شوک الکتریکی کوچک می باشد.

آیا می دانید ابلیشن چیست؟ راهی برای برگشت قلب به ریتم طبیعی که از طریق تعییه یک لوله نازک (یک کاتتر) در سیاهرگ شما و هدایت آن به عضله قلبی صورت می گیرد. نوک کاتتر میزان زیادی انرژی را آزاد می کند و نواحی از قلب که سبب ایجاد پیام های الکتریکی غیرطبیعی می شوند را تخریب می کنند.